

CARDÁPIO

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO - UFSC

CARDÁPIO DE 06 a 12 DE OUTUBRO

ALMOÇO

JANTAR

Segunda-feira - 06/10/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Bife acebolado
Frango xadrez
Polenta com queijo
Seleta de legumes
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Patinho ao molho madeira
Steak de frango
Espaguete ao alho e óleo
Farofa de ovos e legumes
Saladas
Suco e água mineral

Terça-feira - 07/10/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral c/ cenoura
Cubos bovino ao molho shoyo
Fricassê de frango
Macarrão ao sugo
Berinjela a milanesa
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Cubos suíno ao molho mostarda
Kibe de forno c/ temperos
Repolho refogado
Polenta frita
Saladas
Suco e água mineral

Quarta-feira - 08/10/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Posta ao molho mediterraneo
Coxa/Sobrecoxa assada
Macarrão a carbonara
Brócolis refogado
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Fraldão ao molho vermelho
Iscas de frango grelhada
Purê de batata
Torta salgada
Saladas
Suco e água mineral


Marília Quadri
Nutricionista
CRN 2989

Quinta-feira - 09/10/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho hungaro
Peixe a portuguesa
Farofa de legumes
Banana a milanesa
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango a milanesa
Almondegas ao molho
Batata doce caramelizada
Chuchu temperado
Saladas
Suco e água mineral

Sexta-feira - 10/10/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Bisteca grelhada
Vaca atolada
Quirera com bacon
Couve-manteiga
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco c/ brócolis, Arroz integral
Iscas bovina acebolada
Lasanha de frango
Penne ao pesto
Batata frita
Saladas
Suco e água mineral

Sábado - 11/10/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Bife a parmegiana
Linguiça assada
Macarrão a primavera
Acelga refogada
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Picadinho a gaúcha
Frango a crocante
Batata assada
Abobrinha refogada
Saladas
Suco e água mineral

Domingo - 12/10/2014

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Pernil suíno assado
Strogonoff bovino
Macarrão pizza
Batata palha
Saladas
Suco e água mineral

Feijão, Lentilha
Arroz branco, Arroz integral
Frango ao molho vermelho
Hamburguer
Macarrão a calabresa
Cenoura sauté
Saladas
Suco e água mineral

Obs.: Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos fornecedores


Marília Quad
Nutricionist
CRN 2989